

科学育儿

宝典

杨雅琴◎编著

河北科学技术出版社





科学育儿 宝典

杨雅琴◎编著

河北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

科学育儿宝典/杨雅琴编著.

—石家庄:河北科学技术出版社,2006

ISBN 7-5375-3454-3

I.科… II.杨… III.婴幼儿—哺育—基本知识 IV.TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 105213 号

出版发行/河北科学技术出版社

地 址/河北省石家庄市友谊北大街 330 号

邮 编/050061

责任编辑/韩 翊

封面设计/鲁 冰

美术编辑/慈向群

印 刷/北京楠萍印刷有限公司

开 本/880×1275 1/32

印 张/15.5

字 数/360 千

版 次/2006 年 9 月第 1 版

印 次/2006 年 9 月第 1 次印刷

定 价/24.80 元

前 言

养育一个新生儿需要倾注父母的大量心血，特别是在现代家庭生活中，做父母的不仅希望自己的宝宝身体健康，更希望宝宝能够出类拔萃。这就更需要用科学、系统的方式培育小孩。

在现代社会生活当中，我们常说：“人没有见识要有知识，没有知识要有常识，没有常识要进教室。”更何况现在家庭育儿过程中碰到的问题很多，更需要科学、系统地学习实用的育儿知识和常识，有针对性地解决抚育子女过程中的问题。

现在，科学育儿的知识在不断更新，其最终目的也是培育好孩子。通过学习我们知道从新生儿到3岁的生理发育特点，我们就可以对孩子的健康成长做到心中有数。当出现异常时就可以立即采取措施，让孩子从小就有一副健康的体魄，一个高智商、高情商的头脑。为今后的素质教育打下坚实的基础。

为了帮助年轻的父母更好地了解宝宝的生理和心理发育特点，同时增进父母与子女之间的感情，我们根据当前家庭育儿的实际情况编写了此书，旨在帮助各位家长科学育儿，在养育孩子的过程中起到指导、启发和借鉴的作用。

本书从新生儿的诞生、科学育儿、新生儿哺育、1~3岁宝宝的养育等方面进行了详细的介绍，还结合现代社会发展特点和趋势，针点对宝宝的情商培养、智力的培养、性格的塑造、良好习惯的养成等方面介绍了很多行之有效的方式方法。对婴幼儿常见疾病防治和意外急救的知识和常识作了详细和针对性的论述。

让为人父母者能够更好地培养出身心健康地下一代，创造美好、幸福、安康的家庭生活。

编 者

2006年8月

目 录

第一篇 亲亲我的宝贝——迎接新生儿

生命的约会	(3)
新生命的开始	(3)
新生儿的卧室环境	(4)
日常用品的准备	(5)
其他用品的准备	(6)
第一次亲密接触	(8)
新生儿依恋的形成和发展	(8)
对宝宝进行抚触按摩	(9)

第二篇 科学育儿须知

注重早期培育	(13)
做好智能发育监测	(13)
早期教育	(13)
开展体格锻炼	(14)
积极开展“三浴”锻炼	(14)
3岁前婴幼儿的体格锻炼	(20)
积极预防疾病	(27)
增强儿童体质, 提高抗病能力	(27)
坚持合理营养, 奠定健康基础	(27)
实施计划免疫, 控制传染病发生	(28)

注重卫生习惯, 防止病菌侵入	(28)
抓好患儿隔离, 杜绝交叉传播	(28)
宝宝生长发育状况	(29)
孩子第 1 个月	(29)
孩子第 2 个月	(33)
孩子第 3 个月	(35)
孩子第 4 个月	(37)
孩子第 5 个月	(39)
孩子第 6 个月	(41)
孩子第 7 个月	(43)
孩子第 8 个月	(46)
孩子第 9 个月	(49)
孩子第 10 个月	(50)
孩子第 11 个月	(52)
孩子第 12 个月	(54)
孩子第 24 个月	(56)
孩子第 36 个月	(58)

第三篇 新生儿哺育

科学喂养	(63)
新生儿喂养的特点	(63)
母乳喂养很重要	(64)
母乳喂养的要领	(66)
不宜母乳喂养的母亲	(70)
哺乳需注意的问题	(71)
奶胀的处理方法	(72)
新生双胞胎的喂养	(73)
日常照料	(74)
如何给宝宝洗澡	(74)



洗澡时的注意事项	(75)
护理宝宝的眼、耳、口、鼻	(76)
宝宝脐部的护理要点	(77)
衣物和尿布	(77)
怎样辨别宝宝的哭声	(78)
怎样对付哭闹的宝宝	(79)
小婴儿要保暖	(80)

第四篇 1 岁宝宝的养育

1~3 个月婴儿的养育	(83)
1~3 个月婴儿的喂养	(83)
1~3 个月婴儿的日常照料与护理	(91)
4~6 个月婴儿的养育	(101)
4~6 个月婴儿的喂养	(101)
4~6 个月婴儿的日常照料与护理	(106)
7~9 个月婴儿的养育	(117)
7~9 个月婴儿的喂养	(117)
7~9 个月婴儿的日常照料与护理	(123)
10~12 个月婴儿的养育	(132)
10~12 个月婴儿的喂养	(132)
10~12 个月婴儿的日常照料与护理	(139)

第五篇 2 岁宝宝的养育

13~15 个月婴儿的养育	(151)
13~15 个月婴儿的饮食营养	(151)
16~18 个月婴儿的养育	(162)
16~18 个月婴儿的饮食营养	(162)
16~18 个月婴儿的日常照料与护理	(167)

19~21个月婴儿的养育	(174)
19~21个月婴儿的饮食营养	(174)
19~21个月婴儿的日常照料与护理	(178)
22~24个月婴儿的养育	(184)
22~24个月婴儿的饮食营养	(184)
22~24个月婴儿的日常照料与护理	(190)

第六篇 3岁宝宝的养育

2~3岁的幼儿的养育	(197)
2~3岁幼儿的喂养	(197)
2~3岁幼儿喂养的常见问题	(202)
2~3岁幼儿的日常护理	(207)

第七篇 宝宝情商的培养

培养情商的重要性	(217)
关注孩子情商	(217)
如何开发情商	(220)
提高逆境情商	(221)
重视宝宝的情感教育	(222)
培养宝宝良好的性格	(223)
培养宝宝的社会交往能力	(227)
培养孩子的自制力	(228)
良好的素质教育	(229)
道德的培养	(232)
家庭德育的要求	(232)
家庭德育的内容	(234)
家庭德育的方法	(236)
品德教育方略	(237)

正确对待幼儿的无理要求	(237)
教育幼儿不讲脏话	(239)
培养谦让品质	(240)
幼儿自私的对策	(241)
培养利他行为	(242)
爱惜物品的培养	(245)
纠正幼儿的残忍行为	(249)
诚实品格的培养	(250)
培养幼儿同情心	(252)
培养良好的情感	(253)
丰富宝宝的生活内容	(254)
做宝宝的榜样	(254)
纠正不良情绪	(254)
培养宝宝优雅的气质	(255)
给孩子以关爱	(256)

第八篇 宝宝智力的培养

幼儿智力与学习	(263)
有关智力的概念	(263)
影响孩子智力的后天因素	(265)
孩子智力开发的原则	(266)
感知能力的培养	(267)
感知能力的相关知识	(267)
发展感知能力的原则和方法	(268)
视觉能力的培养	(269)
触觉能力的培养	(271)
听觉能力的培养	(272)
观察能力的培养	(273)
幼儿观察的特点	(273)

培养幼儿的观察能力	(275)
提高幼儿观察能力的方法	(277)
想像力的培养	(280)
幼儿想像的特点	(280)
培养幼儿的想像力	(282)
提高幼儿想像力的方法	(284)
记忆力的培养	(285)
幼儿记忆的特点	(285)
培养幼儿的记忆力	(287)
提高幼儿记忆力的方法	(289)
思维能力的培养	(291)
幼儿思维的特点	(291)
培养幼儿的思维能力	(293)
提高幼儿思维能力的方法	(294)
注意力的培养	(295)
幼儿注意力的特点	(296)
培养幼儿的注意力	(297)
家长的作用	(299)
创造力的培养	(300)
创造力的概念和基本知识	(300)
幼儿创造力的培养	(300)
创造性思考的训练	(302)

第九篇 性格的塑造

幼儿性格的培养	(307)
培养宝宝坚强的性格	(307)
培养宝宝关心别人	(308)
树立幼儿的自尊心与自信心	(309)
对宝宝教育的一致性	(309)





隔代抚养不利于孩子心理健康	(310)
不同性格的教养	(311)
依赖心重的孩子	(311)
喜欢说谎的孩子	(315)
动作迟缓的孩子	(319)
拒绝上学的孩子	(323)
孩子缺乏协调性	(327)
个性内向的孩子	(331)
受人欺凌的孩子	(335)
表扬与批评方式	(339)
多多表扬孩子	(339)
批评要注意方式	(343)
采取合理的惩罚	(345)
叱责之后加以抚慰	(347)
责备孩子应遵循的三大原则	(348)
借用旁人效果会更好	(349)
讲究语言艺术	(349)
切勿厉声喝阻	(350)
教养子女十戒	(352)

第十篇 习惯的养成

饮食习惯	(357)
纠正边吃边玩的不良习惯	(357)
纠正偏食的不良习惯	(358)
生活习惯	(360)
孩子怕黑的对策	(360)
孩子怕看医生的对策	(362)
孩子贪玩的对策	(364)
孩子“人来疯”的对策	(366)

孩子不肯承认错误的对策	(368)
孩子嬉皮笑脸的对策	(370)
孩子容易分心的对策	(371)
孩子好学样的对策	(373)
纠正孩子浪费的恶习	(374)
遵守时间的培养	(375)
行为习惯	(376)
重视对幼儿的行为指导	(376)
幼儿良好行为习惯的培养	(379)
卫生习惯	(382)
注意清洁卫生	(382)
教宝宝刷牙	(383)
排便习惯	(384)
睡眠习惯	(387)
甜美的睡眠	(387)
婴儿睡眠可能出现的问题	(389)
孩子的睡眠姿势	(390)
儿童独睡的好处	(393)
迟睡的孩子长不高	(395)
睡眠障碍不容忽视	(396)
培养孩子良好的睡眠习惯	(397)

第十一篇 疾病防治

预防接种	(401)
为什么要接种疫苗	(401)
怎样提高儿童的免疫力	(402)
小儿预防接种日志	(404)
接种需要注意的问题	(406)
不宜打防疫针的儿童	(406)

减少预防接种后的反应	(408)
菌苗、疫苗、类毒素的区别	(408)
我国规定幼儿必打的防疫针	(409)
常见疾病的防治	(410)
新生儿黄疸	(410)
新生儿尿布疹	(412)
新生儿败血症	(414)
新生儿肺炎	(415)
新生儿脐炎	(417)
新生儿硬肿症	(418)
新生儿呕吐	(419)
新生儿破伤风	(420)
感冒	(421)
百日咳	(426)
结核病	(428)
小儿麻痹症	(429)
小儿腹泻	(430)
狂犬病	(433)
急性扁桃体炎	(434)
蛔虫病	(435)
肝炎	(437)
遗尿	(439)
儿童近视眼	(440)
小儿弱视	(443)
婴幼儿家庭药箱	(445)
药物的作用	(445)
药物的剂量与服药时间	(446)
用药途径及选择	(447)
药物不良反应的种类	(448)

药物不良反应的预防	(448)
婴幼儿用药特点	(449)
成人药能给孩子吃吗	(450)
家庭药品的保存方法	(451)
家庭常备的药物	(451)
乱吃补药有害处	(453)
怎样煎服中药	(454)

第十二篇 婴幼儿意外急救

新生儿意外	(459)
烫伤	(459)
咬伤	(460)
窒息	(460)
闷死	(461)
一氧化碳中毒	(461)
婴儿意外	(462)
摔落	(462)
烫伤	(463)
指甲挠破脸	(463)
碰伤	(464)
跌落	(464)
吞食异物	(465)
溺水	(465)
匙、筷戳伤	(466)
触电	(466)
幼儿意外	(466)
出血	(467)
划伤、擦伤	(468)
蜇伤	(468)



刺伤	(468)
手脚指头的受伤	(469)
眼睛受伤	(469)
异物进入眼睛	(470)
刺激物进入眼睛	(470)
耳朵进入异物	(470)
耳朵进水	(471)
耳朵嗡嗡作响	(471)
流鼻血	(471)
头部受伤	(472)
脱臼	(472)
扭伤	(473)
休克	(474)
鼻孔闭塞而造成的窒息	(476)
烧伤	(477)
晕车	(478)
呕吐	(479)

第
一
篇

亲亲我的宝贝——迎接新生儿

